
Historical
Library
RA864
B7
876P

DU

TRAITEMENT DE L'OBÉSITÉ

AUX

EAUX DE BRIDES

(SAVOIE)

Mémoire extrait des **Annales de la Société d'hydrologie**
Contenant deux tracés d'amaigrissement

PAR

ÉMILE PHILBERT,

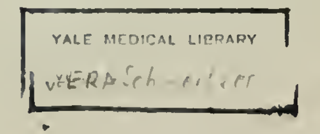
DOCTEUR EN MÉDECINE DE LA FACULTÉ DE PARIS,
MÉDECIN CONSULTANT AUX EAUX DE BRIDES ET DE SALINS-MOUTIERS
MEMBRE TITULAIRE DE LA SOCIÉTÉ D'HYDROLOGIE MÉDICALE
DE PARIS ET DE LA SOCIÉTÉ DE MÉDECINE PRATIQUE.

PARIS
V. ADRIEN DELAHAYE ET Cie, LIBRAIRES-ÉDITEURS,
Place de l'École-de-Médecine.

1876

DU MÊME AUTEUR :

Du traitement de l'obésité et de la polysarcie.
Thèse inaugurale, 1874.



DU

TRAITEMENT DE L'OBÉSITÉ

AUX

EAUX DE BRIDES

(SAVOIE)

MESSIEURS,

Il y a deux ans, je terminais ma thèse inaugurale en reproduisant les réflexions suivantes de votre éminent président, M. le professeur GUBLER :

« Depuis longtemps déjà, quelques stations thermales étrangères sont en possession de la clientèle des sujets obèses, polysarciques, clientèle nombreuse et riche dont il serait désirable que le courant pût être détourné vers les eaux françaises.

La cure de réduction ou d'émaciation se pratique à Driburg, à Ems, à Kissingen, en Allemagne et principalement à Marienbad, en Bohême.

L'action altérante et purgative de ces eaux est favorisée par une alimentation insuffisante, un exercice forcé et une sudation exagérée. Rien ne serait plus facile que d'obtenir les mêmes succès, par de semblables moyens, auprès d'un certain nombre de stations hydro-minérales pourvues d'eaux laxatives ou purgatives. »

M. Gubler cite ensuite les eaux purgatives ou laxatives que nous avons en France. Ayant été forcé moi-même d'aller, en Allemagne, faire cette cure, j'ai cherché quelle serait dans notre pays la source qui lui serait la plus favorable. C'est celle de Brides, en Savoie, qui m'a paru

réunir les meilleures conditions. Brides est situé dans le département de la Savoie, à 5 kil. de Moutiers. Son altitude est de 570 mètres au-dessus du niveau de la mer. La température moyenne de l'été y est de 16 à 20° Réaumur. L'établissement et les habitations sont abrités des vents du Nord et du Midi par de hautes montagnes couvertes de vignes et de sapins.

Ces eaux, connues des Romains, ont été longtemps ensevelies ; on les a retrouvées en 1818. Depuis cette époque, elles ont été exploitées par diverses administrations qui ont successivement amélioré l'établissement. Aujourd'hui, elles sont la propriété de la société la Tarentaise, qui les a achetées de la ville de Moutiers, ainsi que celles de Salins qui sont à 4 kil. de Brides.

On a déjà fait plusieurs analyses de Brides : je donnerai ici la dernière, exécutée récemment au laboratoire de l'Ecole des Mines de Paris.

Voici la copie du procès-verbal :

Eau minérale, sulfatée, chlorurée sodique, magnésienne calcique provenant de Brides (Savoie) :

Résidu fixe par litre	5 gr. 7200
Acide carbonique, libre	0,0837
— — des bicarbonates	0,2670
Acide chlorhydrique	1,1176
Acide sulfurique	2,1078
Silice	0,0250
Oxyde de fer	0,0036
Chaux	0,9220
Magnésie	0,1940
Potasse	0,0423
Soude	1,4241
Matières organiques	0,0145
Lithine	Traces.
Iode	Absence.
Arsenic	Absence.
Total	6 gr. 2036

COMPOSITION HYPOTHÉTIQUE CALCULÉE.

Résidu par litre..................	5 gr. 7200
Acide carbonique libre	0,0837
Bicarbonate de chaux............	0,4380
Bicarbonate de protoxyde de fer ..	0,0112
Chlorure de magnésium..........	0,3071
— de sodium..............	1,3601
— de potassium...........	0,0670
— de lithium..............	Traces.
Sulfate de soude.................	1,6113
— de chaux................	1,8200
— de magnésie.............	0,1941
Matières organiques	0,0145
Total......	5,9070
Iode, arsenic.....................	0

La température de l'eau à la source est de 35° C.

Cette analyse diffère des précédentes en ce qu'on y a signalé, pour la première fois, la présence de la lithine. De plus, on n'y revoit pas mentionnées les traces d'iode et d'arsenic précédemment signalées.

Le fer qui s'y trouve contenu m'a paru d'une grande utilité dans le traitement qui m'occupe. En effet on sait que le fer, en se fixant sur les globules rouges, active les combustions. De plus, beaucoup d'obèses sont anémiques et d'après les derniers travaux de M. Malassez, le fer augmenterait rapidement la quantité des globules rouges.

Je n'entreprendrai pas ici la comparaison de ces eaux avec celles qui leur sont similaires en France ou en Allemagne. Je dirai seulement, d'après le Dr Laissus, qui a fait sur ces eaux une étude très-complète, que ce sont celles qui se rapprochent le plus de Carlsbad. Je passerai de suite à l'examen du traitement de l'obésité.

Ce traitement repose sur 1° les purgatifs ; 2° la sudation ; 3° le régime alimentaire ; 4° l'exercice musculaire.

En examinant les effets des purgatifs je justifierai le choix que j'ai fait des eaux de Brides.

1° *Purgatifs.*

M. Labbé a publié dans le *Journal de thérapeutique* une étude très-complète sur les purgatifs. J'extrais de ce travail les conclusions suivantes :

« Les purgatifs produisent deux effets principaux ; d'une part l'excitation sécrétoire, de l'autre la stimulation musculaire.

L'excitation sécrétoire agit sur deux sources principales : les glandes et le sang. Elle a lieu :

1° Par action réflexe quand la muqueuse est touchée.

2° Par modification de la circulation propre de l'intestin.

3° Par excitation directe des glandes quand divers principes s'éliminent par leurs tissus. Les purgatifs agissent aussi sur le foie en augmentant la sécrétion de la bile.

Les sels neutres facilitent l'oxygénation du sang, donc les combustions deviennent plus actives et la dénutrition s'effectue plus vite. C'est évidemment cette propriété qui joue un rôle important dans la cure de la pléthore de l'obésité (Gubler) facile d'ordinaire aux sources minérales purgatives.

L'assimilation est à la fois gênée, parce que les matériaux nutritifs sont expulsés de l'intestin avant d'avoir été complètement absorbés et engagés dans la circulation pour réparer les pertes, et en outre parce que la dénutrition est plus rapide à la faveur des combustions plus vives dans les tissus. »

Les purgatifs salins sont ceux qui sont le mieux supportés et qui peuvent être pris longtemps sans inconvénients.

Les eaux de Brides contiennent comme sels purgatifs, le sulfate de soude, le chlorure de sodium, le chlorure de magnésium, le sulfate de magnésie et le sulfate de chaux. D'après M. Chaudol le sulfate de soude, même lorsqu'il ne produit pas d'effet purgatif, élève la température animale.

Seegen, de Vienne, dit qu'il active l'oxydation de la graisse.

D'après Trousseau et Pidoux « le sulfate de soude si longtemps qu'il soit administré, ne cause pas d'irritation gastro-intestinale, si ce n'est dans des circonstances fort rares. Cette propriété précieuse permet d'en continuer l'emploi pendant plusieurs mois sans que la santé en souffre. »

J'ai eu l'occasion de prendre moi-même et je prescris à mes malades, pendant un temps très-long, du sulfate de soude ; jamais je ne l'ai vu occasionner d'accidents.

C'est en m'appuyant sur ces faits que, pour agir plus complètement sur les sujets polysarciques, je leur fais ajouter dans chaque verre d'eau minérale du sulfate de soude à la dose de un à cinq grammes (1).

Le chlorure de sodium active les combustions ; Rabuteau l'a prouvé par des expériences que je crois inutile de reproduire ici.

M. le professeur Gubler, dans les Commentaires du Codex, explique ainsi l'action du sulfate de magnésie et du chlorure de sodium :

« Le sulfate de magnésie à petites doses est absorbé. Parvenu dans le sang, il agit sur les globules rouges à la manière des sels neutres et spécialement du chlorure de sodium, c'est-à-dire qu'il les aide à devenir rutilants. Il augmente aussi la densité du sérum et la coagulabilité de la fibrine. Il excite particulièrement les reins. »

(1) Cette addition de sels dans l'eau minérale se pratique à Marienbad.

Le mode d'action du sulfate de chaux et du chlorure de magnésium est peu connu.

Ces sels sont cependant rangés parmi les purgatifs. Par l'examen qui précède, je crois avoir démontré que les eaux de Brides remplissent les indications réclamées pour le purgatif qui doit être employé dans le traitement de l'obésité.

La dose d'eau minérale varie selon les sujets et les effets que l'on veut produire. Je ne dépasse jamais un litre en trois verres.

L'effet purgatif s'établit généralement au bout de deux ou trois jours.

Cette eau, quoique thermale, donne rarement lieu à ce que l'on appelle la fièvre thermale. Il est du reste facile d'éviter cet inconvénient, en la buvant froide.

Prise en bains, elle agit comme les bains alcalins.

La cure peut être faite pendant un mois ou six semaines ; la durée varie du reste selon le degré de la maladie.

2° *Sudation.*

On a employé différentes méthodes pour obtenir la sudation. Dans ces derniers temps, on a préconisé le jaborandi dans ce but. J'ai eu occasion d'essayer sur moi-même le médicament. J'ai eu une très-forte salivation et pas la moindre sudation. J'ai vu, dans le service de M. Ferréol, un polysarcique qui en avait pris et en avait retiré un certain bénéfice. De nouvelles études sont nécessaires avant d'employer ce médicament dans le traitement de l'obésité.

Le moyen que je trouve préférable est celui d'une chambre chaude. Dans beaucoup d'établissements, on emploie pour chauffer l'étuve de la vapeur d'eau. Ce système a un grand inconvénient; d'abord le malade est souvent suffoqué par cette vapeur, de plus elle

se condense sur son corps, et il lui est difficile de savoir s'il est réellement en sudation. Avec l'air sec, ces deux inconvénients n'existent pas.

A Brides on a construit, cette année, une étuve spacieuse, bien éclairée, contenant une douche en pluie. Le malade s'y trouve dans un courant d'air chaud constamment renouvelé; il peut, à volonté, faire varier la température. J'ai vu des malades supporter 60° C. sans en être incommodés.

La sudation s'établit généralement peu de temps aprés l'entrée du malade dans l'étuve ; au bout d'un quart d'heure, le baigneur lui fait une première friction avec un gant, une seconde avec une brosse, puis une flagellation avec un balai. Ensuite le malade se met sous la douche en pluie, s'habille et au lieu de se coucher comme on le fait généralement à la suite de ces bains, il va faire une promenade.

La perte de poids, après un séjour de 40 minutes dans l'étuve, est de 6 à 800 grammes.

Indépendamment du résultat obtenu par la sudation, les frictions en donnent d'autres. En effet, faites avec une mousse savonneuse, elles contribuent à saponifier les enduits gras de l'épiderme, et aident à leur dissolution qui est facilitée par la température de l'étuve.

La sécrétion des glandes sudoripares et sébacées est augmentée sous cette influence; l'absorption et l'exhalation cutanée sont plus actives. Il en résulte un échange plus complet de gaz entre le sang et l'air extérieur, et l'hématose cutanée s'opère dans de meilleures conditions.

De plus, le séjour dans l'étuve et les frictions activent la circulation du sang qui, généralement, est ralentie chez les obèses.

Ces bains sont toujours bien supportés ; les premiers sont pris par les malades avec une certaine appréhension, mais une fois qu'ils en ont pris plusieurs, ils en

éprouvent un grand bien-être qui les leur fait prendre avec plaisir.

Il est bon, au début, de n'en prendre que tous les deux jours ; au bout d'une semaine, on peut en donner un tous les jours.

Il faudra toujours s'assurer si le malade ne présente rien d'anormal du côté de la circulation ou de la respiration, car dans le cas de troubles de l'une de ces deux fonctions il y a contre-indication formelle.

La grande perte de poids occasionnée par ces bains permet aux malades de marcher plus facilement.

3° *Régime alimentaire.*

Je considère comme inutile de diminuer la quantité d'aliments ingérés ordinairement par le malade ; le choix rigoureux suffit. Le régime consiste en l'abstention complète de féculents, farineux et aliments sucrés ; l'ayant exposé longuement dans ma thèse inaugurale, je n'y reviendrai pas ici. Je parlerai seulement de l'alcool et du café, qui ont été conseillés par certains auteurs comme diminuant l'obésité.

M. Joffroy, dans sa thèse de concours d'agrégation, a résumé les diverses théories sur l'action de l'alcool. Voici quelles sont ses conclusions :

« Pour nous l'alcool est donc simplement un aliment, puisqu'il brûle dans le corps; mais nous ne savons pas si c'est uniquement un aliment qui produit de la chaleur, ou si en même temps il apporte des matériaux utilisés par l'assimilation.

MM. Alberton et Lussana, dans leur récent travail, tranchent la question dans ce dernier sens; ils admettent qu'une certaine quantité d'alcool s'incorpore dans les tissus et concourt à la formation de la graisse et de quelques autres substances de l'organisme.

L'alcool facilite la dissolution des corps gras et est un excitant des contractions stomacales.

En résumé, son action dépend de son degré de concentration. A 12°, 15° et même à 18° ou 20°, pris à doses modérées, l'alcool facilite le travail de la digestion; plus concentré il devient nuisible, s'il ne trouve pas dans les aliments ingérés assez d'eau pour se diluer rapidement, car il en est très-avide.

De plus, il diminue notablement le chiffre d'acide carbonique exhalé par la respiration. Dans l'espace de une heure, d'après Marvaud, il diminuerait de 24 à 51 0/0.

On sait que l'alcool à haute dose abaisse la température.

Sans parler des modifications que l'abus de l'alcool, longtemps prolongé, produit sur l'organisme, il y a lieu de se demander si l'alcool pris à doses modérées peut exercer rapidement une modification sur la nutrition et en particulier sur le poids du corps.

Les observations faites tout dernièrement, par le Dr Hammond sur lui-même, répondent à cette question. D'abord, il règle son alimentation et son hygiène, de façon à conserver un poids constant. Alors, dans une première série d'expériences, et sans rien changer du reste à sa nourriture et à ses habitudes, il ajoute à son alimentation 50 grammes d'eau-de-vie, et il constate chaque jour une légère augmentation de poids. Il y eut du malaise et de l'inaptitude au travail et à l'exercice.

Dans une deuxième série d'expériences, la nourriture étant réglée de façon à entraîner chaque jour une légère diminution de poids du corps, il ajoute comme précédemment 50 grammes d'alcool à son alimentation, et la perte du poids du corps se trouve transformée en un bénéfice de peu d'importance. La santé fut excellente pendant toute la durée de cette seconde série d'expériences. Enfin, ayant réglé son alimentation de manière

à obtenir chaque jour une légère augmentation de son poids, il ajoute encore la même quantité d'alcool que précédemment. Il y eut un malaise très-prononcé, une céphalalgie très-marquée, et cependant son poids continua d'augmenter. »

Je crois inutile de rien ajouter à ce qui précède, l'eau-de-vie et les liqueurs devront être complètement retranchées de l'alimentation des obèses.

Le café diminuant la quantité d'urée éliminée, retarde les combustions; il devra aussi être interdit. Il en est de même de la bière qui, en dehors de l'alcool et de l'acide carbonique, contient plusieurs substances non azotées très-nutritives.

Le vin pur, ou légèrement additionné d'eau, pourra être pris sans inconvénients.

Les boissons gazeuses, le champagne, sont très-nuisibles: on sait que l'acide carbonique facilite l'assimilation.

La quantité de boissons prise chaque jour a une importance qu'il ne faut pas exagérer.

Certains auteurs soumettent leurs malades à un rationnement excessif.

Il est difficile d'empêcher les malades de boire entre leurs repas, car ils sont presque toujours très-altérés. On y parvient, en partie, en leur prescrivant de la limonade, peu sucrée, au citron.

Cette difficulté se rencontre d'ailleurs pour le régime que l'on doit imposer aux malades.

A Brides, il y a une table spéciale pour les obèses où on ne leur sert que ce qui leur convient; de cette façon on évite des tentations toujours difficiles à vaincre. Ils prennent l'habitude de ne manger que les aliments favorables à leur cure et peuvent, avec de la volonté, la continuer chez eux.

Le régime est d'une telle importance que j'ai vu des

malades qui, par le seul fait qu'ils n'ont pas voulu s'y astreindre, n'ont retiré aucun profit de leur cure, bien qu'ils fissent toutes les autres parties du traitement.

La quantité d'aliments a peu d'importance ; presque tous les malades mangent beaucoup plus que chez eux, et malgré cela ils perdent de leur poids. On peut donc les laisser manger à leur appétit.

4° *Exercice musculaire.*

Cet exercice s'obtient au moyen des courses à pied ou de l'escrime ; la gymnastique est presque toujours impossible aux obèses.

Le grand avantage du séjour du malade aux eaux est d'être constamment au grand air. Les combustions organiques sont plus vives que lorsqu'il est dans les villes; l'exercice lui est plus facile, il devra être progressif; car si dès le début les courses sont trop longues, le repos sera nécessaire et fera perdre le bénéfice acquis.

Brides offre des promenades faciles et agréables au milieu des bois ; son altitude de 570 mètres au-dessus du niveau de la mer est aussi un grand auxiliaire.

J'ai eu par moi-même occasion de vérifier l'influence de l'exercice et du régime alimentaire. Pendant tout le mois d'août, je me suis soumis à ces deux parties du traitement.

Le tracé graphique n° 1, montre le résultat. Les poids ont été pris chaque matin, à la même heure. Les ascensions correspondent à des écarts de régime. La diminution, pendant un mois, a été de 3 kilogrammes 100 grammes.

Un autre agent thérapeutique donnant de très-bons résultats contre l'obésité existe à Brides. Je veux parler de la cure de raisin ; les montagnes voisines sont

couvertes de vignes, et à la fin du mois de septembre on peut remplacer l'eau minérale par cette cure.

De plus, les eaux de Salins, qui ont été qualifiées d'eaux de mer thermales, sont à 4 kilomètres de Brides; il est facile d'y aller prendre des bains, or, on sait que plusieurs auteurs ont préconisé l'eau de mer contre l'obésité.

Je me propose, du reste, de revenir plus tard sur ces deux précieux auxiliaires. Je terminerai ce travail en donnant trois observations de malades traités cette année à Brides.

Le premier a perdu 7 livres en douze jours.

Le second a perdu 13 livres en vingt et un jours.

La troisième a perdu 10 livres en vingt-cinq jours.

Observation I.

M. F..., âgé de 26 ans. Ses parents étaient obèses. Son père est mort d'apoplexie. Il a un frère de 18 ans qui pèse 1 kil. de plus que lui. A l'âge de 8 ans il a eu une fluxion de poitrine ; en 1870, une bronchite. A ce moment il pesait 75 kil. Depuis cette époque, il a engraissé constamment : le 11 septembre, jour de son arrivée à Brides, il pèse 109 kil. 3.

L'état général est bon, la marche est devenue difficile, la nuit il a des sueurs abondantes. Quoique n'étant pas très-gêné par son obésité, M. F...est effrayé par son embonpoint croissant, car depuis six ans il a augmenté de 35 kilogr.

Il commence son traitement le 11 septembre.

Tous les matins il a pris trois verres d'eau minérale additionnés de sulfate de soude.

11 septembre. 6 gr. sulfate de soude. Urine normale. Pas d'effet des eaux. Poids 109,3.

Le 12. 7 gr. Selle supplémentaire. Première étuve. Poids avant l'étuve 108,8 ; après 108,2.

Le 13. 7 gr. Pas d'effet des eaux. Poids 108,4. Les urines sont très-chargées d'urates, M. F... n'a pas fait d'exercice hier par suite de mauvais temps.

Le 14. 7 gr. Pas d'effet. Poids 107,9.

Le 15. 9 gr. Deux selles liquides. Poids 107,4.

Le 16. 7 gr. Une selle supplémentaire. Poids 107,6. Longue course.

Le 17. 9 gr. Deuxiéme étuve. Poids, avant 107,1; après 106,9. Une selle supplémentaire. M. F... ayant le talon écorché ne prend pas d'exercice.

Le 18. 9 gr. Une selle supplémentaire. Poids 107,6. Cette reprise de poids provient de l'absence complète d'exercice la veille. Pas d'exercice non plus ce jour-là.

Le 19. 12 gr. Deux selles supplémentaires. Poids 107,8. Longue course.

Le 20. 12 gr. Troisième étuve. Poids, avant 107,9; après 106,8. Pas d'effet des eaux.

Le 21. 18 gr. Quatrième étuve. Poids, avant 106,7, après 105,9. Un bain de Salins le soir. Pas d'effet des eaux.

Le 22. Départ. Poids 105, 5.

Je joins à cette observation le tracé graphique nº 2, donnant les poids de chaque jour. La diminution a été de 3 kil. 800 en douze jours de traitement.

Cette observation est intéressante à plusieurs points de vue, malheureusement le malade a été obligé d'interrompre brusquement sa cure et il est parti au moment où la décroissance était dans sa période la plus forte.

Malgré la quantité de sulfate de soude prescrite, il y a eu peu d'effets purgatifs. Cependant la diminution de poids a été considérable.

Les deux jours où le poids a augmenté correspondent à une absence complète d'exercice, le reste du traitement étant fait.

Le dernier jour j'avais commencé à lui faire suivre un traitement mixte, étuve le matin et bain de Salins le soir. Sous cette influence la diminution de poids a été de 1 kil. Je me proposais de continuer ce mode de traitement, lorsque le malade a été obligé de quitter Brides.

Les urines n'ont pas cessé d'être acides pendant tout le temps de la cure. L'urée diminuait à la suite des longues courses.

Observation II.

M. M..., âgé de 39 ans, a toujours joui d'une bonne santé ; à l'âge de 8 ans il eut une maladie qui nécessita des sangsues aux oreilles. Sa mère est morte d'apoplexie, son père est obèse.

A 18 ans M. M... était plutôt maigre que gras.

A 21 ans, il pesait 65 kilogr., c'est depuis cet âge qu'il a commencé à engraisser ; à cette époque il a eu une fracture du péroné droit et deux entorses du pied gauche.

M. M... arrive à Brides le 16 août, il pèse 151 k. 2. L'état général est bon; mais il est toujours altéré; après ses repas il a

constamment envie de dormir; la nuit il a des sueurs très-fortes. La marche lui est très-pénible. Les digestions se font bien et il a régulièrement une selle chaque jour.

17 août. M. M... commence son traitement, il est purgé très-facilement; il prend tous les jours trois verres additionnés de sulfate de soude à la dose de 3 à 6 grammes.

Il prend 15 étuves et quitte Brides le 7 septembre. Voici quels sont lea poids pris tous les sept jours :

Le 16. 151,2.

Le 23. 149,9.

Le 31. 147,7.

6 septembre. 144,7.

Diminution de poids. en 21 jours, 6 kilogr. 500.

Observation III.

Mme X..., 48 ans, a toujours eu une très-bonne santé. Il y a quelques années, à la suite d'un grand chagrin, elle prit des habitudes sédentaires et vit rapidement augmenter son obésité.

Elle arrive à Brides le 3 août et commence son traitement le 7 ; à ce moment elle pèse 128 kilos. Elle a pris tous les jours 3 verres d'eau minérale additionnés de sulfate de soude à des doses variant de 2 à 8 grammes.

Elle a pris 7 étuves sans frictions et suivi le régime alimentaire d'une façon très-sévère. Voici les poids pris chaque semaine :

7 août. 128 kilogr.

Le 14. 125, 7.

Le 21. 124, 4.

Le 28. 124.

1er septembre. 123.

Diminution en 24 jours de traitement, 5 kilogr. J'ai eu l'occasion de revoir cette dame, depuis son retour des eaux. Sur mes conseils, elle a fait une cure de raisin à la campagne. Le 30 octobre elle pesait 119 kilogr.,8. Ce qui donne une diminution de 8 kilogr.2 en trois mois.

Le 4 décembre elle pesait 117,4. L'amaigrissement continue toujours.

Le 5 février 1876, elle pésait 113 kilog., ce qui fait depuis 5 mois une diminution de poids de 15 kilog.

Paris. — Typ. A. Parent, rue M.-le-Prince, 31.

